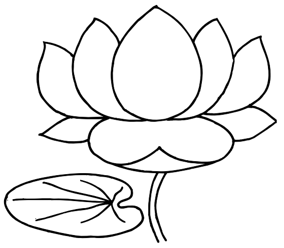
శుక్ల యజుర్వేదాంతర్గత

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

# 12 మండల బ్రాహ్మణోపనిషత్

⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘ ⌘

## శ్లోక తాత్పర్య పుష్పమ్



**శ్లో॥ బాహ్య - అంతర తారక ఆకారం, వ్యోమ పంచక విగ్రహమ్,**
**రాజయోగైక సంసిద్ధం రామచంద్రమ్ ఉపాస్మహే॥**

*లోపల బయట తారకాకారమైయున్నది, పంచ ఆకాశరూపమైనది అగు రాజయోగ సిద్ధికొరకై శ్రీరామచంద్ర మూర్తిని ఉపాసించుచున్నాము.*

1 **ఓం యాజ్ఞవల్క్యో హ వై**
**మహామునిః ఆదిత్య లోకం**
**జగామ! తమ్ ఆదిత్యం నత్వా,**
**"భో భగవన్! ఆదిత్యాత్మన్!**
**'తత్త్వమ్' అనుబ్రూహీ ఇ_తి!"**
**<u>సహోవాచ నారాయణః :</u>**
**జ్ఞానయుక్త - 'యమ' ఆది**
**అష్టాంగయోగ ఉచ్యతే॥**
**శీత-ఉష్ణ-ఆహార-నిద్రా విజయః,**
**సర్వదా శాన్తిః, నిశ్చలత్వం,**
**విషయేంద్రియ నిగ్రహశ్చ ఏతే 'యమాః'॥**
**గురుభక్తిః, సత్యమార్గ - అనురక్తిః,**
**సుఖానుగత వస్తు అనుభవశ్చ,**
**తద్వస్తు అనుభవేన**
**తుష్టిః; నిస్సంగతా, ఏకాంతవాసో;**
**మనోవృత్తిః; ఫలాన్ న-అభిలాషో,**
**వైరాగ్య భావశ్చ - "నియమాః"॥**
**సుఖాసనవృత్తిః చీరవాసాశ్చ ఏవమ్**
**ఆసన నియమా భవన్తి॥**

ఒకప్పుడు మహామునియగు యాజ్ఞవల్క్యుడు సూర్యభగవానుని దర్శించి, భక్తి - ప్రపత్తులు తెలియజేయు నిమిత్తమై 'ఆదిత్య లోకము' వెళ్ళారు. ఆదిత్య భగవానుని దర్శించి, **కృతాంజలి** సమర్పించారు. **'హే భగవాన్! ఆదిత్యాత్మదేవా! దయచేసి నాకు పరమాత్మతత్త్వమును ప్రబోధించండి'** అని అభ్యర్థించారు.

**సూర్యనారాయణుడు :** ఓ మునీశ్వరా! యాజ్ఞవల్క్యా! ఆత్మతత్త్వము వినినప్పటికీ, అనుభవానికి రావాలంటే మాత్రము అష్టాంగ యోగాలు తెలుసుకొని, ఆ యోగాలను అభ్యాసం (ప్రాక్టీస్) అవసరమని విజ్ఞులు చెప్పుచున్నారు. అందుచేత ముందుగా అష్టాంగ యోగాలు చెప్పుకుందాం!

**యమము** = శీత-ఉష్ణములను, ఆహార నిద్రలను జయించటము;
- అన్ని వేళల చిత్తమును ప్రశాంతముగా ఉంచుకొనుటము;
- బుద్ధిని నిశ్చలముగా ఉంచుకొనుటము;
- విషయముల పట్ల ఇంద్రియ నిగ్రహము;

**నియమము:** గురుభక్తి, సత్యమార్గము పట్ల అనురక్తి; అసత్య విషయముల పట్ల విరక్తి; - ఆత్మజ్ఞాన విషయములే వాస్తవ సుఖప్రదమను అవగాహన; ఆ ఆత్మవస్తు అనుభూతిచే **తుష్టి**; సంగము (అటాచ్‌మెంట్) తొలగించుకొను ప్రయత్నము; ఏకాంతవాసము (ఒంటరిగా భగవత్ ఉపాసన); జన సంసర్గమును వదిలి ఏకాంత మనోవృత్తి; కర్మఫలముల పట్ల అభిలాష లేకపోవటము; పరమాత్మకు సర్వము సమర్పించి ఉండటము - వైరాగ్య భావములు.

**సుఖాసనము:** ఏ ఆసనముతో ఎక్కువ సేపు సుఖముగా కూర్చుని ఉండి, వృత్తులను నియమించగలమో అది **సుఖాసనము. అదియే ఆసన నియమము.**

పూరక కుమ్భక రేచకైః
**'షోడశ' (16), 'చతుష్షష్టి'(64), 'ద్వాత్రింశతి' (32)**
సంఖ్యయా యథాక్రమం
**"ప్రాణాయామః"॥**
**విషయేభ్య ఇంద్రియార్థేభ్యో**
**మనోనిరోధనం 'ప్రత్యాహారః॥'**
**సర్వశరీరేషు చైతన్య ఏకతానతా 'ధ్యానమ్'।**
**విషయ వ్యావర్తన పూర్వకం,**
**చైతన్యే చైతన్య స్థాపనం**
**'ధారణా' భవతి।**
**ధ్యాన విస్మృతిః 'సమాధిః'।**
**ఏవం సూక్ష్మాంగాని య ఏవం**
**వేద, స ముక్తిభాగ్ భవతి।**

ప్రాణాయామము :

**పూరకము** - బయట నుండి గాలిని లోనికి పీలుస్తూ.. 16 మాత్రలు కాలం (16 చిటికల కాలం) (మాత్ర = సూదిని గ్రుచ్చి వెంటనే తీసివేయునంత కాలము)

**కుంభకము** : లోపలికి పీల్చిన గాలి దేహమునందు అంతటా నింపి ఉంచుతూ.. 64 మాత్రల కాలం (64 చిటికిల కాలం)

**రేచకము** : దేహములో కుంభింపజేసిన గాలి బయటకు కదలటము.... 32 మాత్రల కాలము.

(**పూరకము** - కుడిముక్కుపుట మూసి ఎడమ ముక్కు పుటతో పీల్చటం.
**రేచకము** : ఎడమ ముక్కు పుట మూసి 'కుడి ముక్కు పుట' ద్వారా వదలటం.)

**ప్రత్యాహారము** : ఇంద్రియార్థముల యొక్క విషయముల నుండి మనస్సును నిరోధించుచూ, వెనుకకు మరల్చు ప్రయత్నములు.

**ధ్యానము** : అఖండమగు ఏక చైతన్యము సర్వశరీరములలోనూ సమముగా ఉన్నట్లు గమనిక, తత్ రీతిగా నిత్య సందర్శనము.

**ధారణ** : విషయములందు ప్రవేశించి విహరించుచున్న చైతన్యమును విషయముల నుండి వెనుకకు మరల్చటము, అట్లా మరల్చిన **చైతన్యమును చైతన్యమునందే** స్థాపించి ఉంచటము.

**సమాధిః** : నేను ధ్యానిని- ఇది ధ్యానింపబడు ధ్యేయము.. అను బేధము కూడా విస్మరించబడిన స్థితి. ధ్యాన-ధ్యేయముల ఏకత్వ యోగస్థితి.

ఈవిధంగా యమ, నియమ, ఆసన, ప్రాణాయామ - ప్రత్యాహార - ధ్యాన- ధారణ - సమాధులు **అష్టాంగములు**, వాటిని ఆచరిస్తూ, సూక్ష్మాంగములు (సూక్ష్మార్థములు) ఏమిటో తెలుసుకొన్నప్పుడు-ఈ జీవుడు ముక్తికి అర్హుడగుచున్నాడు.

---

2. **దేహస్య పంచదోషా భవన్తి।**
**'కామ- క్రోధ-నిశ్వాస-భయ-నిద్రాః।'**
**తత్ నిరాసస్తు నిస్సంకల్ప-**
**క్షమా-లఘ్వాహారా-అప్రమాదతా-తత్త్వసేవనమ్।**
**'నిద్రా భయ సరీసృపం।**
**హింసా ఆది తరంఙ్గం।**
**తృష్ణా ఆవర్తం; దార పంకగ్ం।**
**సంసార వార్ధిం తర్తుం,**
**'సూక్ష్మమార్గమ్' అవలంబ్య,**
**సత్త్వ - ఆది గుణాన్ అతిక్రమ్య**
**'తారకమ్'.. అవలోకయేత్!**
**భ్రూమధ్యే సత్-చిత్-ఆనంద తేజః**
**కూటరూపం తారకం బ్రహ్మ।**
**తత్ ఉపాయం? లక్ష్యత్రయ అవలోకనమ్।**
**మూలాధారత్ ఆరభ్య -**
**బ్రహ్మరంధ్ర పర్యంతమ్**

ఈ భౌతిక దేహంలో '5' దోషాలు ఉన్నాయి.

| **దోషము** | | **నివారణోపాయము** |
|---|---|---|
| కామమును | - | నిస్సంకల్పముతోను, |
| క్రోధము | - | క్షమాగుణముతోను, |
| నిశ్వాస (వాయుధారణ చేయలేకపోవటం) | - | మితభోజనముతోను, |
| భయము | - | అప్రమాదత, అప్రమశీలత, పరిమాత్మపై నమ్మికతోను |
| నిద్రా-జడత్వము | - | తత్త్వసేవనతోను ... జయించాలి! ('త్వమ్-తత్ అసి' - ఇతి భావేన) |

అష్టాంగ యోగములనబడే సూక్ష్మ మార్గములను అవలంబించి,
నిద్ర-భయము.... అనే సర్పములను
హింస-బాధ ...... అనే తరంగములను
భార్య - పుత్రాదులకు సంబంధించిన ఈషణములు .... అనే బురదను,
తృష్ణ (దురాశ) .... అనే సుడిగుండములను -
కలిగియున్న సంసార సముద్రాన్ని దాటివేసి..

సత్త్వ-రజో-తమో త్రిగుణములను అతిక్రమించివేసి, తారకముబ్రహ్మమును (తరింపజేసి ఒడ్డు జేర్చు దానిని, ఆత్మను) - అవలోకనము చేయాలి.

**తారకమ్** : 'భ్రూమధ్య' స్థానములో సత్ చిత్-ఆనందలక్షణములతో ప్రకాశమై వెలుగొందుచున్న కూర్మ (తాబేలు) రూపమే తారకము. ఆ కూర్మరూప తారకమునే 'బ్రహ్మము' అంటున్నారు.

**సుషుమ్నా సూర్యాభా।**
**తన్మధ్యే తటిత్ - కోటి సమా,**
**మృణాళ తన్తు సూక్ష్మా కుణ్డలినీ!**
**తత్ర తమో నివృత్తిః।**
**తత్ దర్శనాత్ సర్వపాప నివృత్తిః।**
**తర్జన్య అగ్ర ఉన్మీలిత**
**కర్ణ రంధ్రద్వయే**
**'ఫూత్..' కార శబ్దో జాయతే।**
**తత్ర స్థితే మనసి, చక్షుః మధ్య**
**నీల జ్యోతిః పశ్యతి।**
**ఏవం హృదయేఽపి॥**

## బహిర్లక్ష్యంతు।

**నాసాఽగ్రే చతుః (4) షట్ (6) అష్ట (8)**
**దశ (10), ద్వాదశ (12) - అంగులీభిః**
**క్రమాత్ నీలద్యుతిః శ్యామత్వ**
**సదృక్ రక్తభంగీ స్ఫురత్**
**శుక్ల - పీత వర్ణ ద్వయోపేతం**
**వ్యోమత్వం పశ్యతి, స తు యోగీ,**
**చలత్ దృష్ట్యా వ్యోమభాగ వీక్షితుః।**
**పురుషస్య దృష్ట్యగ్రే**
**జ్యోతిర్మయూఖా వర్తన్తే।**
**తత్ దృష్టిః స్థిరాభవతి।**
**శీర్షోపరి ద్వాదశాంగులమాన (12)**
**జ్యోతిః పశ్యతి।**
**తదా అమృతత్వమేతి।**

## మధ్య లక్ష్యంతు।

**ప్రాతః చిత్రాఽది వర్ణ**
**సూర్య, చంద్ర, వహ్ని జ్వాలావలీవత్**
**తత్ విహీన అంతరిక్షవత్**
**పశ్యతి, తత్ ఆకారాకారీ భవతి'।**
**అభ్యాసాత్ నిర్వికారం,**
**గుణరహితా - ఆకాశం భవతి,**
**విస్ఫురత్ తారక ఆకార**
**గాఢతమోపమమ్**
**పరాకాశం భవతి।**
**కాలా-అనల సమద్యోతమానం**
**మహాకాశం భవతి॥**

**అందుకు ఉపాయము:**

లక్ష్యత్రయమును (ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యములను)... వాటికి ఆవల ఉండి వీక్షించటము. అవలోకించటము.

**సుషుమ్నానాడి** : మూలాధారము నుండి ఆరంభమై - బ్రహ్మరంధ్రము (సహస్రారము) పర్యంతము విస్తరించి ఉన్నది.

**కుండలినీ** : సుషుమ్నకు మధ్య భాగములో విద్యుత్ కోటి ప్రభలతో సమానమై, తామరతూడులోని 'దారము'వలె ఒకానొక శక్తి అతి సూక్ష్మరూపముగా ప్రకాశించుచున్నది. అదియే **కుండలినీ శక్తి**. ఆ శక్తి స్థానములో తమోవృత్తులు, తమస్సు నశించుచున్నాయి. అద్దాని దర్శనముచే (బుద్ధి యొక్క ఏకాగ్రతతో అనుభవముగా సిద్ధించుకోవటంచేత) సర్వపాపవృత్తులు నివృత్తి పొందగలవు.

**అంతర్లక్ష్య నీలజ్యోతి దర్శనము** : చూపుడువ్రేళ్ళ కొనలతో చెవి రంధ్రములను రెండిటినీ మూసి ఉంచితే, అప్పుడు లోనుండి **'ఫూత్'** కారశబ్దము వినబడుతూ ఉంటుంది. ఆ శబ్దముపై కేంద్రీకృతమైనప్పుడు మనస్సుకు రెండు కనుల మధ్య నీలలోహిత జ్యోతి (లేత నీలపు రంగు కాంతి) అనుభవమవుతుంది. ఈ విధంగా హృదయంలో తేజో మనో చక్షు దర్శనము చేయాలి.

**బహిర్లక్ష్యజ్యోతి దర్శనము**: నాసాగ్రముగా (భృకుటి స్థానము నుండి ఊర్ధ్వముగా యోగి ఆకాశతత్త్వమును,
చతు ('4') అంగుళముల దూరంలో - నీల ద్యుతి (నీలకాంతి) గాను,
షట్ ('6') అంగుళము దూరంలో - రక్త వర్ణము (ఎరుపు)తో కూడిన శ్యామల నలుపు) జ్యోతియు,
అష్ట ('8') అంగుళములు దూరంలో - తెలుపు,
దశ ('10') అంగుళముల దూరంలో - పసుపుపచ్చ రంగు తేజము,
ద్వాదశ ('12') అంగుళముల దూరంలో శ్వేతవర్ణ మిశ్రమ కాంతిగాను దర్శించు చున్నాడు. యోగ అభ్యాసముచే అట్లు దర్శనమగుచున్నది.

చలన దృష్టితో ఆకాశమును దర్శించు యోగికి దృష్టి యొక్క అగ్ర(పై) భాగములో జ్యోతి కిరణములు - తేజస్సు కనిపిస్తాయి. అట్టి జ్యోతి యొక్క దర్శనముచే దృష్టి స్థిరము అగుచున్నది.

యోగికి- శిరస్సు యొక్క ఉపరిభాగము నందు '12' అంగుళముల వరకు ఎప్పుడైతే జ్యోతి(వెలుగు) కనిపిస్తుందో, అప్పుడు ఆ యోగి 'అమృతత్వము'ను పొందు చున్నాడు. ఇది బహిర్లక్ష్యము

**మధ్య లక్ష్యము** : ఈ యోగ సాధన చేయుచున్న యోగి తన హృదయంలో

1) సూర్య-చంద్ర-అగ్ని జ్వాలల కాంతితో వెలుగొందుచున్న ఆకాశమును,

2) అవన్నీ లేనట్టి (సర్వశూన్య) ఆకాశమును కూడా దర్శిస్తూ ఉంటాడు. రెండు తీరులుగానూ సందర్శనము చేస్తూ ఉంటాడు.

క్రమంగా ఆ యోగికి అభ్యాసవశంగా నిర్వికార-గుణరహిత ఆకాశము అనుభూతమవుతోంది.

ఆ నిర్గుణ నిరాకార ఆకాశానుభవము కాస్తా ప్రకాశమాన (విస్ఫురత్) తారక (నక్షత్ర) ఆకారము గల గాఢతమము (నిర్విషయ రూపము) అగు **పరాకాశస్వరూపము**గా రూపుదిద్దుకొనుచున్నది.

సర్వోత్కృష్ట పరమద్యుతి
ప్రద్యోతమానం
తత్త్వాకాశం భవతి।
కోటి సూర్యప్రకాశం
సూర్యాకాశం భవతి!
ఏవమ్ అభ్యాసాత్ తన్మయో భవతి,
య ఏవం వేద॥

అట్టి పరాకాశమును దర్శించుచుండగా, క్రమంగా ప్రళయకాలాగ్ని కాంతులలో సమానమైన మహాకాశముగా దర్శనము అగుచున్నది.

ఆపై ఆ యోగి యొక్క ఆకాశానుభవము - సర్వోత్కృష్టము, పరమ ప్రకాశప్రద్యోత మానము అగు **'తత్త్వాకాశము'**గా అనుభూతమానమగు చున్నది.

అటుపై కోటి సూర్యప్రకాశమానమగు **'సూర్యాకాశము'**గా అనుభవములగుచున్నది.

ఈ విధంగా బాహ్య అభ్యంతర స్వరూపమైన **'ఆకాశ పంచకము'** అను తారకమును అభ్యసిస్తూ ఉండగా అమనస్కమైన 'తన్మయస్థితి' కలుగుచున్నది. యోగి ఈ విధంగా ఆకాశపంచక తారకమును ఎరుగుచున్నాడు.

---

**3.** తత్ యోగం చ ద్విధా విద్ధి –
పూర్వ– ఉత్తర విభాగతః।
పూర్వంతు – తారకం విద్యాత్
అమనస్కమ్ – తత్ ఉత్తరమ్ ఇతి!
తారకమ్ ద్వివిధమ్
మూర్తి తారకమ్ : అమూర్తి తారకమ్ ఇతి।
యత్ ఇంద్రియాంతమ్,
తత్ మూర్తితారకమ్!
యత్ భ్రూయుగాతీతమ్
తత్ 'అమూర్తితారకమ్' ఇతి।
ఉభయమపి మనోయుక్తమ్ అభ్యసేత్।
మనోయుక్తా అంతర్ – దృష్టిః
తారక ప్రకాశాయ భవతి!
భ్రూయుగ మధ్య బిలే 'తేజస'
ఆవిర్భావః। ఏతత్ పూర్వతారకమ్।
ఉత్తరమ్ తత్ – అమనస్కమ్।
తాలుమూల ఊర్ధ్వభాగే
మహజ్జ్యోతిః విద్యతే।
తత్ దర్శనాత్ అణిమాది సిద్ధిః॥
లక్ష్యే అన్తస్థ – బాహ్యాయాం, దృష్టౌ
దృష్టౌ నిమేష– ఉన్మేష వర్జితాయాం చ
ఇయం 'శామ్భవీ ముద్రా' భవతి।
సర్వతన్త్రేషు గోప్యా మహావిద్యా భవతి!
తత్ జ్ఞానేన సంసారనివృత్తిః।
తత్ పూజనం మోక్షఫలదమ్॥
అంతర్లక్ష్యం।
జలజ్యోతి స్వరూపం భవతి।
మహర్షి వేద్యమ్।
అన్తః – బాహ్య ఇంద్రియైః అదృశ్యమ్॥

తారకయోగి యొక్క యోగవిద్యావిధానము రెండు విధములుగా ఉంటోంది

1. పూర్వము (ఫస్ట్ పార్ట్) - 'తారకవిద్య'
2. ఉత్తర (లేటర్ పార్ట్) - 'అమనస్కస్థితి'

**తారకము** : అట్టి తారక విద్య రెండు విధములై ఉంటోంది

**1. మూర్తి తారకము** : ఏ యోగ సాధనలో నామ రూపాత్మకమైనది సిద్ధించుచున్నదో, ఇంద్రియాంతకమై ఉన్నదో.. అది మూర్తి తారకము. (భ్రూయుగము వరకు)

**2. అమూర్తి తారకము** : భ్రూమధ్య ఆకాశ సంబంధమునకు అతీతమైనది. (భ్రూయుగమునకు ఊర్ధ్వముగా)

ఈ (మూర్తి-అమూర్తి తారకములు) ఉభయము మనస్సుతో చేర్చి అభ్యసించవలసినవే! ఉభయము యోగాభ్యాసిచే అభ్యసించబడుచున్నాయి.

మూర్తి - అమూర్తి తారకాభ్యాసముచే మనోయుక్తమైన 'అంతర్-దృష్టి'కి తారక ప్రకాశ (నక్షత్ర కాంతి) స్థితి (మనస్సుకు) సిద్ధించుచున్నవి.

**పూర్వ తారకము** : భ్రూమధ్య ప్రదేశ బిలమునందు (రెండు కనుబొమ్మల మధ్య గల బిల - ఆకాశమునందు) ఒకానొక తేజస్సు జనిస్తోంది. **ఇది పూర్వతారకము.**

**ఉత్తర తారకము**: ఇది మనోలయ రూపమైనట్టి అమనస్కము.

-తాలు(దవడ) మూల (బిగినింగ్) ప్రదేశ ఊర్ధ్వభాగములో 'మహత్‌జ్యోతి' వెలుగొందుచున్నది. అట్టి ఆ మహత్ జ్యోతి యొక్క సందర్శనముచే ఆ యోగికి అణిమ-మహిమ-గరిమ-లఘిమ-ప్రాకామ్య-వశిత్వ-ఈశిత్వ - ఇచ్ఛా అష్టసిద్ధులు సిద్ధించుచున్నాయి.

తాలు మూల ఊర్ధ్వ భాగమున వెలుగొందుతున్న మహత్ జ్యోతి దర్శనమును 'శాంభవీ' ముద్ర- అంటారు. అట్టి శాంభవీముద్రను బాహ్యమునందును, అంతరమునందును ఉత్తమ (ఆత్మదర్శనము-అను) లక్ష్యమును గ్రహించి సాధన చేయాలి. కళ్లు - తెరచుట- మూయుటలను కూడా దాటిపోయినట్టిది ఈ శాంభవీ ముద్ర. ఇద్దాని యోగ సాధనకు కళ్ల మూతలతో పనిలేదు. **కనిపించేదంతా అదే అయి ఉండగా కళ్ల మూతలెందుకు?**

ఓ యాజ్ఞవల్క్య మునీంద్రా! మనము ఇప్పుడు చెప్పుకున్నది. సమస్త తంత్రములలోను రహస్యమగు యోగ మహావిద్య సుమా!

అట్టి తాలుమూల - ఆకాశములో వెలుగొందు మహత్ జ్యోతి యోగ విద్యను ఎరుగుట చేత **'సంసార నివృత్తి'** సిద్ధించగలదు.

ఈ యోగవిద్యను ఆరాధించు యోగికి మోక్షము సిద్ధించగలదు.

**అంతర్లక్ష్యము** : జలజ్యోతి-స్వరూపము. ఈ అంతర్జ్యోతిని మహర్షులు సత్య దృష్టి - ఆశయములచే గమనించి గానము చేస్తున్నట్టిది. అట్టి అంతర్జ్యోతి మనో బుద్ధులకు సందర్శనమయ్యేదేగాని, బాహ్య అంతర ఇంద్రియములకు విషయము కాదు.

4. సహస్రారే జలజ్యోతిః అంతర్లక్ష్యమ్!
బుద్ధి గుహాయాం సర్వాంగ సుందరం
'పురుషరూపమ్ అంతర్లక్ష్యమ్' ఇతి అపరే!
శీర్షా అంతర్గత మండల మధ్యగం
పంచవక్త్రమ్, ఉమాసహాయం,
నీలకంఠం, ప్రశాంతం, –
అంతర్లక్ష్యమ్.. ఇతి కేచిత్।
అగుష్ఠ మాత్రం పురుషో
అంతర్లక్ష్యమ్ – ఇతి ఏకే।
(దర్శనేన జీవన్ముక్త దశాయాం స్వయమ్
అన్తర్లక్ష్యో భూతా–పరమ్ – ఇతి అపరే)
ఉక్త వికల్పం। సర్వమ్ ఆత్మైవ।
తత్ లక్ష్యం శుద్ధాత్మ దృష్ట్యా వా
యః పశ్యతి, స ఏవ 'బ్రహ్మనిష్ఠో' భవతి
జీవః పఞ్చవింశకః (25)
స్వకల్పిత చతుర్వింశతి (24)
తత్త్వం పరిత్యజ్య షడ్వింశః (26)
పరమాత్మాఽహమ్ – ఇతి నిశ్చయాత్
జీవన్ముక్తో భవతి॥
ఏవమ్ అంతర్లక్ష్య దర్శనేన
జీవన్ముక్తి దశాయాం
స్వయం – అంతర్లక్ష్యో భూత్వా,
పరామ ఆకాశా – అఖణ్డమణ్డలో భవతి।

అంతర్లక్ష్యము **సహస్రార జలజ్యోతి (వెలుగుచున్న జ్యోతి) సందర్శనము అయి ఉన్నది.** అట్టి జలజ్యోతి జీవుని బుద్ధి గుహయందు సర్వాంగసుందరముగా సర్వదా వెలుగొందుచూనే ఉన్నది సుమా!

ఆ రీతిగా అంతర్లక్ష్యముగా కనిపించే జలజ్యోతి స్వరూపము పరమ పురుషుడే! 'శ్రీమన్నారాయణుడే' అని కొందరు అనుకొని దర్శిస్తున్నారు.

**ఈ అంతర్లక్ష్యము 'శిరస్సులో బ్రహ్మరంధ్రము నందు మధ్యమండలములో వెలుగొందు దివ్య జ్యోతి స్వరూపుడు-పంచముఖుడు, ఉమా సహాయుడు, ప్రశాంత మూర్తియగు పరమశివుడు'** అని మరికొందరు యోగసిద్ధులు ఆనందంగా సందర్శిస్తున్నారు.

ఆయనయే (బొటనవేలు ప్రమాణములగు, తత్ సంజ్ఞాలక్ష్యుడు అగు), **అంగుష్ఠ మాత్ర స్వయం జ్యోతి స్వరూప పురుషుడు** అని కొందరు గానము.

**ఆ అంతర్లక్ష్య పురుషుడు జీవన్ముక్త దశను దాటిన ఆ యోగి యొక్క విదేహముక్త-స్వస్వరూపమే! అది పంచభూతములకు పరమైనట్టి - సర్వస్వరూపము కూడా! -** అని ఇంకొందరి అభివర్ణన, స్వానుభవము.

ఈ ఈ వివిధ యోగుల - వివిధములుగా బయటకు కనిపించే-వికల్పానుభవములన్నీ... యుక్తియుక్తిమే! ఎవ్వరి అనుభవమును కాదనవలసిన పనిలేదు. ఎందుకంటే సర్వము **అఖండమగు** ఆత్మయే కదా!

అట్టి లక్ష్యమును **'శుద్ధమగు ఆత్మ దృష్టి'**తో ఎవ్వరు సందర్శిస్తారో, వారు బ్రహ్మనిష్ఠులే!

ఈ జీవుడు తాను కల్పించుకొనిన (25) [5 కర్మేంద్రియము+5 విషయములు)+ 5 జ్ఞానేంద్రియములు+5 విషయములు)+ అంతఃకరణ చతుష్టయమగు మనోబుద్ధి చిత్త అహంకారాలు) + జీవాత్మ- అనే] 25 తత్త్వములలో మొదటి **24**తత్త్వములను త్యజించి, **26వ తత్త్వమగు పరమాత్మనే నేను..** అని ఎరిగి 25వది అగు జీవాత్మను స్వీయ పరమాత్మత్వముతో ఏకము చేసినప్పుడు **- జీవన్ముక్తుడు అగుచున్నాడు.**

అట్టి అంతర్లక్ష్య దర్శనముచే జీవన్ముక్తుడై జీవన్ముక్త దశను కూడా దాటి, **తానే అఖండ మండలాకారుడగు పరమాకాశము..** అను స్వానుభవము నందు సంస్థితుడగుచున్నాడు.

<u>ద్వితీయ బ్రాహ్మణమ్</u>

## ద్వితీయ బ్రాహ్మణము

1. అథ హ యాజ్ఞవల్క్య
ఆదిత్యమణ్డల పురుషమ్ పప్రచ్ఛ
భగవన్! అంతర్లక్ష్యాదికం
బహుధా ఉక్తమ్!
మాయా తత్ న జ్ఞాతమ్।
తత్ బ్రూహి మహ్యమ్।

**యాజ్ఞవల్క్యుడు** : హే! ఆదిత్య మండల పురుషా! సూర్యభగవాన్! ఆదిత్య నారాయణా! 'అంతర్లక్ష్యము' మొ॥నవాటి గురించి అనేక అనేక రీతులుగా చెప్పుచూ ఉన్నారు. అయితే.. అద్దాని యొక్క ప్రయోజనమగు జీవన్ముక్తి, బ్రహ్మనిష్ఠ, పరమాత్మాఽహమ్-ఇవి ఎట్లా సిద్ధించగలవు? ఈ విషయాలు నేను ఎరిగి ఉండలేదు. కనుక 'అంతర్లక్ష్యము' గురించి మరికొంతగా వివరించ ప్రార్థన.

<u>తదు హోవాచ :</u>
పఞ్చమహాభూత కారణమ్,
తటిత్ కూటాఽభమ్,
తద్వత్ చతుః పీఠమ్।
తత్ మధ్యే తత్త్వ ప్రకాశో భవతి।

**ఆదిత్యమండల పురుషుడు** : పంచమహాభూతములు కారణముగా ప్రకాశమానమగు త్రికూటము (ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్యములు), అద్దానికి ఆశ్రయించి **జాగ్రత్ - స్వప్న - సుషుప్తి - తురీయములు; మనోబుద్ధి చిత్త-అహంకారములు** అనునవి చతుఃపీఠము.

వాటి మధ్యగా **తత్త్వ ప్రకాశ రూపమగు ఆత్మ** అతి గూఢమై వేంచేసి యున్నది. అదియే రహస్యమగు అవ్యక్తము కూడా.

అట్టి అతి రహస్య అవ్యక్త రూపమగు ఆత్మ 'జ్ఞానము' అనే పడవను అధిరోహించిన వారికే జ్ఞేయముగా అగుచున్నది. తెలియబడుచున్నది.

**సో అతి గూఢ అవ్యక్తశ్చ।**
**తత్ జ్ఞాన-ప్లవ అధిరూఢేన జ్ఞేయమ్!**
**తత్ బాహ్యా   అభ్యన్తరః లక్ష్యమ్।**
**తత్ మధ్యే జగత్ లీనమ్।**
**తత్ నాద-బిందు-కలాతీతమ్, అఖణ్డ మణ్డలమ్!**
**తత్ సగుణ -నిర్గుణ స్వరూపమ్।**
**తత్ వేత్తా విముక్తః॥**
**ఆదాః అగ్ని మండలమ్।**
**తత్ ఉపరి సూర్య మణ్డలమ్।**
**తత్ మధ్యే సుధా చంద్ర మండలమ్।**
**తత్ మధ్యే అఖణ్డ తేజోమండలమ్।**
**తత్ విద్యుల్లేఖావత్  శుక్ల భాస్వరమ్।**
**తదేవ శామ్భవీ లక్షణమ్।**
**తత్ దర్శనే తిస్రో దృష్టయః।**
**అమా ప్రతిపత్ పూర్ణిమా చేతి।**
**నిమీలిత దర్శనమ్ అమా దృష్టిః।**
**అర్థ ఉన్మీలితం ప్రతిపత్।**
**సర్వ ఉన్మీలనం పూర్ణిమా భవతి!**
**తాసు పూర్ణిమాభ్యాసః కర్తవ్యః॥**
**తత్ లక్ష్యమ్ - 'నాసాగ్రమ్!'**
**తదా తాలుమూలే గాఢతమో దృశ్యతే।**
**తత్ అభ్యాసాత్**
**'అఖణ్డమణ్డలాకార జ్యోతిః దృశ్యతే।**
**తదేవ సత్-చిత్-ఆనన్దమ్ 'బ్రహ్మ' భవతి!**
**ఏవం సహజానన్దే యదా మనో లీయతే,**
**తదా 'శామ్భవీ' భవతి॥**
**తామేవ "ఖేచరీమ్" ఆహుః॥**
**తత్ అభ్యాసాత్ మనః స్థైర్యమ్।**
**తతో వాయుస్థైర్యమ్।**
**తత్ చిహ్నాని....।**
**ఆదౌ తారకవత్ దృశ్యతే।**
**తతో వజ్రదర్పణమ్।**
**తతః పరిపూర్ణచంద్రమణ్డలమ్।**
**తతో నవరత్నప్రభా మణ్డలమ్।**
**తతో మధ్యాహ్న - అర్కమండలమ్।**
**తతో వహ్నిశిఖామణ్డలమ్।**
**.... క్రమాత్ దృశ్యతే॥**

అట్టి తత్త్వ స్వరూప అఖండ పరమాత్మయే సర్వే సర్వత్రా సర్వదా సర్వమై ఉన్నది కాబట్టి.. అదియే **బాహ్య - అభ్యంతర లక్ష్యము**.

అట్టి పరమాత్మయందే ఈ ఎదురుగా కనిపించే జగత్తు సర్వదా లీనమైయున్నది. అది నాదము (శబ్దము)నకు, బిందువు (చుక్క)నకు, కల (ఆకారములకు) అతీతమై అఖణ్డమణ్డలాకారమై యున్నది. సగుణ-నిర్గుణ ఉభయ స్వరూపమైయున్నది. అట్టి పరమాత్మను ఎరిగిన వాడు సర్వబంధములనుండి విడివడి విముక్తుడగుచున్నాడు.

మొదట - **అగ్ని మండలము**. ఆ తదుపరి - **సూర్యమండలము**. దాని మధ్యలో - **సుధా చంద్రమండలము**. అద్దాని మధ్యలో - **అఖణ్డ తేజోమండలము**

అయ్యది విద్యుత్ కాంతివలె తెల్లని ప్రకాశము.

ఆ శుక్ల - అఖండ 'తేజో మండలమే' శామ్భవీ లక్షణము.

అద్దాని దర్శనమే 'తిస్రోదృష్టి' (లేక) పరతత్త్వదృష్టి. ఆ శామ్భవీ లక్షణమునే బ్రహ్మ-విష్ణు- మహేశ్వరులుగా వేరువేరు ఉపాసకులు ధ్యానించుచున్నారు.

అదియే కొందరు యోగులు ప్రతిపత్తి (వారి బుద్ధి)చే పూర్ణపరతత్త్వముగా దర్శిస్తున్నారు. మరికొందరు కళ్లు మూసుకుని 'సోఽహమ్ - నేను అదే' అను దృష్టితో అంతరంగమున దర్శిస్తున్నారు. (అంతరహృదయ ఆభ్రాంతమధ్య హృదయాంతరంగుడు)

సగము మూసిన కళ్ళతో లోపల సర్వరూపముగానో (లేదా) బయట సర్వరూపముగానో అనిపిస్తోంది. పూర్తిగా తెరచిన (ఉన్మీలిత) కనులకు (దృష్టికి) పూర్ణముగా (బయట+లోపలగా) అగుపిస్తోంది. (శిలా విగ్రహమునందు అంతటా శిలయే ఉన్న రీతిగా) ఈ జగత్తంతా పరమాత్మతత్త్వమే!

అట్టి శాంభవీలక్షణ 'పూర్ణిమ-అభ్యాసమ్' - ముముక్షుయోగసాధకునికి కర్తవ్యము. నిర్వర్తించవలసినది.

అద్దానికై లక్ష్యము ఏకాగ్రము చేయవలసిన ప్రదేశము - నాశికకుపై భాగము (నాసాగ్రము - కనుబొమ్మల మధ్య-కించిత్ క్రిందగాగల పల్లము - స్థానము).

అది తాలు (దవడ) మూల-ఆకాశములో కూడా 'గాఢతమము' రూపముగా అనుభూతమవుతోంది. అద్దానిని యోగాభ్యాసంగా ఆశ్రయించాలి!

నాసాగ్రము - తాలు మూలములలోని తేజస్సును ఉపాసిస్తూ ఉండగా **అఖండమండలాకార జ్యోతి** యొక్క దర్శనము అగుచున్నది.

అదియే సత్ - చిత్ - ఆనంద బ్రహ్మము.

ఎప్పుడైతే ఆ సత్-చిత్ సహజానంద పరబ్రహ్మమునందు ఈ జీవుని మనస్సు విలీన మవుతుందో అది 'శాంభవీ' స్థితి యోగము అగుచున్నది. అదియే 'ఖేచరీముద్ర' అని కూడా పిలుస్తున్నారు.

అట్టి 'శాంభవీ' (లేక) ఖేచరీ ముద్రను అభ్యాసము చేస్తూ ఉండగా మనోస్థైర్యము, వాయు స్థైరము (మనో వాయునిశ్చలతలు) సిద్ధించుచున్నాయి.

**అట్టి శాంభవీముద్ర యొక్క చిహ్నములు**
మొట్టమొదట - నక్షత్రము వలె అగుపిస్తుంది.
తర్వాత వజ్రముతో నిర్మితమైన దర్పణము వలె కనిపిస్తుంది.
ఆ తర్వాత పూర్ణచంద్రమండలము వలె దృశ్యమానమవుతుంది.
ఆపై మధ్యాహ్న సూర్యమండలము వలె దివ్యప్రకాశమానమవుతుంది.
అటుపై అగ్నిశిఖామండలము వలె కనిపిస్తుంది.
ఈ విధంగా క్రమక్రమంగా దృశ్యమానమగుచున్నది.

**2.** తదా పశ్చిమ-అభిముఖ ప్రకాశః
స్ఫటిక ధూమ్ర బిన్దు నాద
కలా నక్షత్ర ఖద్యోత
దీపనేత్ర సువర్ణ నవరత్నాది ప్రభా దృశ్యన్తే॥
తదేవ ప్రణవ స్వరూపమ్।
ప్రాణా-అపానయోః ఐక్యం కృత్వా, ధృతకుమ్భకో
నాసాఽగ్ర దర్శన దృఢభావనయా
ద్వికరా అంగుళీభిః
షణ్ముఖీకరణేన ప్రణవ ధ్వనిం
నిశమ్య మనః - తత్ర లీనం భవతి!
తస్య న కర్మలేపః।
రవేః ఉదయాస్తమయయోః
కిం కర్మ-కర్తవ్యమ్?
ఏవం విపశ్చిత్ ఆదిత్యస్య
ఉదయా-అస్తమయా భావాత్
సర్వకర్మా-అభావః।
శబ్దకాల లయేన దివా-రాత్ర్య
అతీతో భూత్వా, సర్వపరిపూర్ణ జ్ఞానేన
'ఉన్మన్యవస్థా' అవశేన,
'బ్రహ్మైక్యం' భవతి॥
ఉన్మన్యా.... 'అమనస్కం' భవతి।
తస్య నిశ్చిన్తతా - ధ్యానమ్।
సర్వకర్మ నిరాకరణమ్ ... ఆవాహనమ్।
నిశ్చయ జ్ఞానమ్ ... ఆసనమ్।
ఉన్మనీ భావః ... పాద్యమ్।
సదా అమనస్కమ్.. అర్ఘ్యమ్।
సదా దీప్తిః.. ఆచమనం।
అపారామృతవృత్తిః.. స్నానమ్।
సర్వాత్మభావనా.. గన్ధః।
దృక్ స్వరూపా అవస్థానమ్ ... అక్షతాః।
చిదాప్తిః ... పుష్పమ్।
చిదగ్ని స్వరూపం ... ధూపః।
చిదాదిత్య స్వరూపం ... దీపః।
పరిపూర్ణ చన్ద్రా అమృతస్య
ఏకీకరణం.. నైవేద్యమ్।

**అట్టి 'శాంభవీముద్ర' యొక్క చిహ్నములుగా..**
- పశ్చిమ - అభిముఖముగా (Left side) **ప్రకాశము** కనిపిస్తుంది.
- స్ఫటికముతో సమానమైన **తెల్లటి కాంతి పుంజము** అనుభూతమౌతుంది.
- **ధూమ్రము** (ఎక్కువ నలుపు, తక్కువ ఎరుపు) అగుపిస్తుంది.
- తర్వాత బిన్దు -నాద-కలా-నక్షత్ర కాంతులు, విద్యుత్తు -దీపకాంతులు, బంగారు, నవరత్నముల వన్నెలు, ప్రభలు కనిపిస్తాయి.

**అదియే ప్రణవ స్వరూపము**

-ప్రాణ-అపానములను ఐక్యము చేసి **'కుంభక ప్రాణాయామము'** అభ్యసించు యోగికి ముక్కుకు ఊర్ధ్వంగా ఆత్మానుభూతి సంబంధమగు - **నాసాగ్ర దర్శనము** యొక్క **దృఢ భావన** కలుగుతోంది.

- 'దృఢభావన'చే, రెండు ఉంగరపు వ్రేళ్ళతో చెవులు మూసి 'షణ్ముఖీకరణము' వలన ప్రణవనాదము నిరోధించబడుతుంది. ప్రణవ నిరోధము వలన 'మనస్సు' విలీనమగుచున్నవి.

- కుంభక - అభ్యాసము నిర్వర్తించుచున్న యోగికి క్రమంగా కర్మబంధములు తొలగి, కర్మలు - మొదలే లేనివిగా అగుచున్నాయి. 'నేను కర్మ బద్ధుడను' అనే భ్రమ తొలగుచున్నది.

ఏ విధంగా అయితే సూర్యునికి ఉదయ - అస్తమయములు వాస్తవానికి లేవో, ప్రపంచములో జరిగే ఏ కర్మలతోనూ సంబంధమే ఉండదో, కుంభక ప్రాణ యామముతో మనస్సు లయింపజేసినవానికి **కర్మలతో సంబంధమే ఉండదు. తాము సర్వమునకు ఆధారుడగుచూనే, ఈ జగత్ సర్వమ్ తనకు లేనివాడై ఉంటాడు.** ఇది తెలుసుకొన్న తర్వాత ఇక, **"శాంభవీ ముద్రలోని ధ్యేయవస్తువగు చిత్ ఆదిత్యునికి ఉదయాస్తమయాలు లేవు. ఆయనకు కర్మలు లేవు. కర్మ బంధములూ లేవు"** అనునది సుస్పష్టమౌతుంది.

శాంభవీ యోగమునందు కుంభక ప్రాణాయమము ద్వారా అంతర్జ్యోతిని దర్శించు యోగి పట్ల శబ్ద-కాలములు లయిస్తాయి. అతడు రాత్రింబవళ్లకు అతీతుడు, అప్రమేయుడు, సాక్షి అగుచున్నాడు. సర్వ పరిపూర్ణ జ్ఞానము చేత 'ఉన్మనీ అవస్థ' (జగత్‌రహిత కేవలీ మనోస్థితి) మాత్రమే శేషించి, ఇక ఆతడు **'జీవ బ్రహ్మైక్య స్థితి'** పొందుచున్నాడు.

- 'ఉన్మనీ'యే అమనస్కము! **చంచల మనస్సుకు ఆవలయున్న నిశ్చల మనో విభాగమే ఉన్మనీ! అమనస్కము కూడా!**

**అమనస్కంతో ఆత్మ పూజ**

- జగద్విషయముల గురించిన 'నిశ్చింత' ఆతని **'ధ్యానము'!**
- సర్వకర్మలను **'అవి నాకు సంబంధించినవి కావు. నేను వాటికి సంబంధించిన వాడిని కాదు'** అను భావనతో సర్వకర్మల నిరాకరణము - ఆతని **'ఆవాహనము'**.
అఖండాత్మజ్ఞానమే అతడు సమర్పించే **ఆసనము.**
- ఉన్మనీ (కేవల-జగత్ రహిత మనస్సు) యే భగవానునికి **'పాద్యము'**.
- సదా మనస్సుకు సాక్షిగా ఉండే అమనస్కమ్ - **అర్ఘ్యము.**
- ఎప్పుడూ జ్ఞాన దీప్తితో ఉండటమే - **ఆచమనము.**
- అపారమగు అమృత స్వస్వరూపముపట్ల ఆత్మభావనావృత్తియే - **స్నానము.**
- సర్వాత్మభావనయే - **గంధ సమర్పణము.**
- దృక్ స్వరూప అవస్థ కలిగి ఉండటమే - **అక్షత సమర్పణ.**
- చిత్ స్వరూపము పొంది ఉండటమే - **పుష్పము.**
- చిదగ్ని స్వరూపమే - **ధూపము.**
- చిదాదిత్య స్వరూపము - **దీపము.**
- పరిపూర్ణ చంద్రామృత ఏకీకరణము - **నైవేద్యము.**
- ఆత్మభావనయందు నిశ్చలత్వము - **ప్రదక్షిణము.**

నిశ్చలత్వం ... ప్రదక్షిణమ్।
సోऽహమ్ భావో ... నమస్కారః।
మౌనం.. స్తుతిః।
సర్వసన్తోషో.. విసర్జనమ్।
ఇతి య ఏవం వేద!

- నేను ఆ ఆత్మ స్వరూపుడనే - సోऽహమ్ భావనయే - **నమస్కారము.**
- జగత్ విషయముల పట్ల మౌనము - **స్తుతి.**
- సర్వదా సంతోషముగా ఉండటయే - **విసర్జనము.**

ఇదియే ఆత్మసందర్శనము చేయు ఆత్మ సంయమయోగి యొక్క ఆత్మదేవుని **పూజావిధి. ఈవిధంగా ఆత్మచే ఆత్మ భగవానుని ఆత్మయందు పూజించాలి.**

---

**3.** ఏవం త్రిపుట్యాం నిరస్తాయాం
నిస్తరంగ సముద్రవత్, నివాత స్థిత దీపవత్,
అచల సంపూర్ణ భావ-అభావ
విహీన కైవల్య జ్యోతిః భవతి।
జాగ్రత్ - నిద్రా అన్తః పరిజ్ఞానేన
బ్రహ్మవిత్ భవతి।
సుషుప్తి సమాధ్యోః
మనోలయా విశేషేऽపి, మహదస్తు
ఉభయోః భేదః।
తమసి లీనత్వాత్
ముక్తిహేతుత్వాత్ అభావాచ్చ।
సమాధౌ మృదిత తమో వికారస్య
తదాకార ఆకారితా,
అఖణ్డాऽకార వృత్త్యాత్మక
సాక్షి చైతన్యే 'ప్రపంచలయః' సంపద్యతే।
ప్రపంచస్య మనః కల్పితత్వాత్,
తతో భేదా అభావాత్।
కదాచిత్ బహిర్గతేऽపి మిథ్యాత్వ భావాత్
సకృత్ విభాత సదా ఆనన్దా -
అనుభవైక గోచరో బ్రహ్మవిత్ తదేవ భవతి!
యస్య సంకల్ప నాశః స్యాత్,
తస్య ముక్తిః కరే స్థితా
తస్మాత్ భావ-అభావౌ పరిత్యజ్య
పరమాత్మ ధ్యానేన ముక్తో భవతి।
పునః పునః సర్వ-అవస్థాసు
జ్ఞాన-జ్ఞేయౌ
ధ్యాన - ధ్యేయౌ
లక్ష్య - అలక్ష్యే
దృశ్యా - అదృశ్యే చ
ఊహా-అపోహా-ఆది

క్రమంగా ద్రష్ట-దర్శన-దృశ్య రూప త్రిపుటిని దాటి పోయి (అధిగమించి/తిరస్కరించి) తరంగ రహితమైన సముద్రమువలె, గాలి వీచని చోట దీపమువలె, అచలము, భావ-అభావములను పూర్తిగా రహితము చేసుకున్నట్టిది **అగు కైవల్య జ్యోతి స్వరూపుడు** అగుచున్నాడు. ఈ జగత్తంతా ఆతని స్వయంజ్యోతి స్వరూపముయొక్క కాంతి పుంజమగుచున్నది.

జాగ్రత్-నిద్రలకు ఆవల సర్వదా ప్రకాశించు స్వస్వరూప పరిజ్ఞానము చేత ఈ జీవుడు '**బ్రహ్మవిత్**' అగుచున్నాడు (బ్రహ్మవేత్త)

సుషుప్తి-సమాధి.. ఈ రెండిటిలోనూ మనస్సు లయము పొందుచున్నది. కానీ ఆ రెండు ఒక్క తీరైనవి కానే కాదు. సుషుప్తి-సమాధిలకు రెండిటికీ చాలా భేదము ఉన్నది.

**సుషుప్తి** - ఇది తమస్సులో లీనమైయున్న జడస్థితి.. కనుక ఇక్కడ **ముక్తి హేతువులు భావించబడుటమే లేదు.** ఇక్కడ తమో వికారములు అప్రదర్శితత్త్వమును సంతరించుకుని, దాగి ఉన్నాయి. అంతవరకే!

సమాధిలో **తమో వికారములన్నీ తత్ ఆత్మ - ఆకారము** సంతరించుకుంటున్నవై.. తమోవృత్తులు --- అఖండాకార వృత్త్యాత్మకమైన సాక్షి చైతన్యము నందు ప్రవేశించుచూ, 'ప్రపంచ విలయము'.. సంభవించుచున్నది. అనగా **ప్రపంచము ఆత్మస్వరూపమై అనుభూతమగుచున్నది.**

అసలీ ప్రపంచము ఎవ్వరి చేత కల్పించబడినది? మనస్సు చేతనే! మనో కల్పిత జగత్తంతా ఒకే కల్పన కాబట్టి భేదముగా కనిపించేదంతా కూడా (సమాధి స్థితియలందు) అభావించబడుచున్నది.

**ఉన్మనీ (లేక) శాంభవీ యోగ సిద్ధునికి** - ఒకవేళ ఈ జగత్తు కొన్ని సమయాలలో బహిర్గతమై కనిపిస్తున్నప్పటికీ.. '**మనో కల్పనయే కదా**' అని ఎరుగబడియే ఉండటం చేత మిథ్యాత్వ భావనచే (ఇది కలలోని విశేషాల వంటివేనని) అసత్తుగా ఎరుగబడు చున్నది. అంతేకాని భేదబుద్ధి కలుగదు. ద్వంద్వములన్నీ ఏకరూపమౌతాయి.

ఏ యోగి అయితే ఈ దృశ్యమంతటినీ బ్రహ్మము యొక్క ప్రకాశము రూపమగు సదానన్ద అనుభవైకగోచరంగా దర్శిస్తాడో, ఆతడే **బ్రహ్మవేత్త.** అట్టి ఎరుకచే **బ్రహ్మవేత్త బ్రహ్మమే అగుచున్నాడు.**

ఎవ్వరి పట్ల **'ఇదంతా సర్వదా బ్రహ్మమే'** అనే భావన-అనుభూతుల పరిపుష్టిచే **జగత్ సంకల్పము నశిస్తుందో,** ఆతనికి ముక్తి ఆతని అరచేతిలోని పండు అగుచున్నది.

కనుక ఓ యజ్ఞవల్క్యా! ఈ భేదాత్మక జగత్తు గురించిన భావ- అభావములను రెండిటినీ పరిత్యజించి **'అఖండమగు పరమాత్మయే ఇదంతా'** అను పరమాత్మ ధ్యానమును ఆశ్రయించువాడు ముక్తుడే అగుచున్నాడు. పరమాత్మ తానే అయి ప్రకాశిస్తున్నాడు.

అట్టి అఖండ-అప్రమేయ-సర్వ బాహ్య అభ్యంతర స్వరూప పరబ్రహ్మమును తెలుసుకుని.. ఆ ఆత్మ సంయమ యోగి....,

జ్ఞానము (తెలుసుకోవటం) జ్ఞేయము (తెలియ బడునది),
- ద్రష్ట (చూచువాడు) - దృశ్యము (చూడబడునది),
లక్ష్యము, - అలక్ష్యము,

పరిత్యజ్య,
జీవన్ముక్తో భవేత్,
య ఏవం వేద॥

దృశ్యము (కనబడేది) - అదృశ్యము (కనబడనిది)
- ఊహ - అపోహ
.... మొదలైనవన్నీ పరిత్యంచుచున్నవాడై **జీవన్మ్ముకుడు** అగుచున్నాడు .

---

4. పంచ అవస్థాః
జాగ్రత్; స్వప్న; సుషుప్తి; తురీయ;
**తురీయాతీతః॥**
జాగ్రతి ప్రవృత్తో జీవః
ప్రవృత్తి మార్గాసక్తః, పాపఫల నరకాదిమాంస్తు,
'శుభకర్మఫల – స్వర్గఫలమస్తు'
..... ఇతి కాంక్షతే।
స ఏవ స్వీకృత వైరాగ్యాత్,
"కర్మఫల జన్మ– అలమ్।
సంసార బన్ధనమ్ అలమ్।" ఇతి
విముక్త్య అభిముఖ నివృత్తి మార్గ
ప్రవృత్తో భవతి।
స ఏవ సంసార తారణాయ 'గురుమ్'
ఆశ్రిత్య, కామాది త్యక్త్వా
విహిత కర్మాచరన్, సాధన చతుష్టయ
సంపన్నో.., హృదయకమల మధ్యే
భగవత్ సత్తామాత్రా అన్తర్లక్ష్య రూపమ్
ఆసాద్య, సుషుప్త అవస్థాయాం ముక్త,
బ్రహ్మోఽనంద స్మృతిం లబ్ధ్వా,
'ఏకఏవా అహమ్ అద్వితీయః'।
కంచిత్ కాలమ్ అజ్ఞానవృత్త్యా
విస్మృత, జాగ్రత్ వాసనాఽనుఫలేన
'తేజసోఽస్మి' – ఇతి।
తత్ ఉభయ నివృత్త్యా, 'ప్రాజ్ఞ ఇదానీమ్ అస్మి'
ఇతి అహమ్ ఏక ఏవ! స్థాన భేదాత్,
అవస్థా భేదస్య,
పరంతు, 'నహి మత్ అన్యత్' ఇతి జాత వివేకః,
'శుద్ధ–అద్వైత బ్రహ్మోఽహమ్' ఇతి అభిదా,
గన్ధం నిరస్య
స్వాన్తః విజృమ్భిత భానుమణ్డల
ధ్యాన తదాకార ఆకారిత
పరంబ్రహ్మాకార ముక్తిమార్గమ్

**పంచ అవస్థలు** - 1) జాగ్రత్ 2) స్వప్నము 3) సుషుప్తి 4) తురీయము 5) తురీయాతీతము

జాగ్రత్తులో ప్రవర్తించుచున్న జీవుడు 'ప్రవృత్తి మార్గ - ఆసక్తుడు' అయి ఉంటున్నాడు. **"అయ్యా! నాకు పాప ఫలములైనటువంటి నరకము, దుఃఖము మొదలైనవి రాకూడదు. శుభకర్మ ఫలములైనట్టి స్వర్గసుఖములు మొ॥వి లభించాలి"**.. ఇట్లా ఆకాంక్షిస్తున్నాడు.

ఈ విధంగా ప్రవృత్తి మార్గము కొనసాగుతోంది.

ఆతడే మరొకప్పుడు జాగ్రత్‌లో మాత్రమే లభించే ఫలముల పట్ల వైరాగ్యము పొందుచున్నాడు. **"ఈ జన్మ - కర్మఫలములు ఇక చాలు, ఇవన్నీ వాస్తవానికి బంధమే"** అని భావించి, సర్వసంసార బంధనముల నుండి 'విముక్తి కొరకై' - **నివృత్తి మార్గము** వైపుగా అభిముఖుడగుచున్నాడు.

అట్టి వైరాగ్య మార్గ అభిముఖుడు సంసార బంధముల నుండి విడివడుటకై **'గురువు'ను తత్త్వ సమాచారము** కొరకై ఆశ్రయిస్తున్నాడు. కామములు, కామ్యకర్మలు క్రమంగా వదలటం ప్రారంభిస్తున్నాడు. **"విహిత- నియమిత సాధన"** కర్మలకు మాత్రమే 'పరిమితము' అగుచున్నాడు. సాధన చతుష్టయ సంపత్తిని (శమము- సత్సంగము- విచారణ-సంతోషములను) ఆశ్రయించుచున్నాడు. సాధన సంపన్నుడై.. ఇకప్పుడు హృదయకమలము నందు 'భగవంతుని ఉనికి మాత్రమే' లక్ష్యమగు **అంతర్లక్ష్య రూపమును** ఆశ్రయించి, సిద్ధింపజేసుకొంటూ.., ఆత్మయందు సుషుప్తి.. అనే అవస్థనుండి విముక్తునై 'బ్రహ్మానందము'నకు సంబంధించిన జ్ఞానము (స్మృతి) పొందిన వాడు అయి ఉంటున్నాడు.

- వాస్తవానికి నేను సర్వదా ఏకమే గానీ అనేకమును కాను. ఇదంతా నా యొక్క ఏక - అద్వితీయ బ్రహ్మానంద స్వరూపమే।

- నేను కొంత కాలము నా యొక్క అజ్ఞానవృత్తుల చేత, నా యొక్క ఏక - 'సర్వాత్మక అద్వితీయ' స్వరూపమును, ఏమరచుటచే - జాగ్రత్ వాసనలచేత **'విశ్వుడు'**గా కనిపిస్తూ ఉన్నాను. మరొకప్పుడు జాగ్రత్ వాసనలచే అంతరంగంలో దృశ్యం కల్పించు కొనుచున్నప్పుడు 'తేజసుడు అయి, స్వప్నమును అనుభవిస్తూ వస్తున్నాను. ఇంకొకప్పుడు 'జాగ్రత్-స్వప్న' ఉభయ వాసనల నుండి నివృత్తుడనై కేవల **ప్రాజ్ఞుడను** అని భావించి ఉంటున్నాడు.

- నిజానికి ఈ జాగ్రత్-స్వప్న-సుషుప్తులు నా యొక్క వేరువేరైన సంచార ప్రదేశాలు, స్థానభేదాలు, అవస్థా భేదాలు'.. **అని చింతన చేయాలి. "నేను ఏకాత్ముడను" అనునది వృద్ధి చేసుకోవాలి.**

**"నాకు అన్యమైనదేదీ ఎక్కడా కించిత్తు కూడా లేనే లేదు కదా।"** అనే వివేకము జనించినవాడై తనయందు హృదయాంతర్గత-అఖండ మండలాకారజ్యోతిని, సందర్శించుచున్నాడు. **'శుద్ధ అద్వైత బ్రహ్మమే నేను'** అను మహాయోగభావము ఆశ్రయిస్తున్నాడు.

సర్వ భేదవాసనలను పరిత్యజించి వేసి, తనలోనే సర్వదా అనుక్షణము విజృంభించు చునేయున్న 'భానుమండల ధ్యానము'చే తత్-ఆకార ఆకారితుడగుచున్నాడు. **పరబ్రహ్మాకార ముక్తి మార్గము** నందు ఆరూఢుడై **'పరిపక్వ స్థితుడు'** అగుచున్నాడు.

| | |
|---|---|
| ఆరూఢః 'పరిపక్వో' భవతి। సంకల్పాదికం మనోబన్ధ హేతుః। | మనో బంధమునకు హేతువు (కారణము) ఏమిటి? సంకల్పములను ఆశ్రయించుటము చేతనే! |
| తత్ విముక్తం మనో మోక్షాయ భవతి। | సంకల్పముల నుండి విముక్తుడైతే, ఈ జీవుడు 'మోక్షము' పొందగలడు. |
| తద్వాం చక్షురాది బాహ్య ప్రపంచ ఉపరతః, విగత ప్రపంచ గంధః। సర్వమ్ జగదాత్మత్వేన పశ్యన్, | హృదయము నందు జగత్ సంబంధమైనట్టి సర్వ సంకల్పములను రహితం చేసుకొన్నయోగి, ఇక ఆపై ఈ భౌతికమైన కళ్లకు కనిపిస్తున్న బాహ్య ప్రపంచమంతటినీ దాటి వేసినవాడై ఉంటున్నాడు. ప్రపంచ సంబంధమైన సర్వవాసనలు త్యజించివేసి.. తన యొక్క సర్వజగదాత్మత్వమును చూస్తూ ఆస్వాదిస్తూ.. |
| త్యక్త్వా అహఙ్కారో, 'బ్రహ్మోఽహమస్మి' ఇతి చిన్తయన్, 'ఇదమ్ సర్వమ్ యత్, అయమ్ ఆత్మేఽతి' భావయన్.. కృతకృత్యో భవతి॥ | ఈ జాగ్రత్‌లో వెంటనంటి తిరుగాడే **'నేను, నాది'** అనే అహంకారమును త్యజించి, అధిగమించుచున్నాడు. **'నేను సర్వదా పరబ్రహ్మస్వరూపుడవే- బ్రహ్మమునే' అనే రూపములో** గల **'మహామహదహంకారము'ను చిన్తన చేస్తూ 'ఇక్కడ ఏదేదైతే కనిపిస్తోందో ఇదంతా సుమాత్మ స్వరూపమే'** అను భావనచే ఈ జీవుడు **కృతకృత్యుడు** అగుచున్నాడు. |
| **5.** సర్వ పరిపూర్ణ తురీయాఽతీత బ్రహ్మభూతో 'యోగీ' భవతి | ఆ హృదయాంతర్గత నిత్యోదిత ఆత్మజ్యోతిని ధ్యానించుచున్న యోగి - **సర్వపరిపూర్ణ - తురీయాతీత-బ్రహ్మభూతుడు** అగుచున్నారు. |
| 'తం బ్రహ్మేఽతి' స్తువన్తి। | అట్టి పరిపూర్ణ తురీయాతీత బ్రహ్మ భూతుడు 'బ్రహ్మమే' అని స్తుతించబడుచున్నాడు. |
| సర్వలోక స్తుతి పాత్రః। సర్వదేశ సంచార శీలః। | సర్వలోక స్తుతిపాత్రుడు, సర్వ(ప్ర)దేశములలో ఆత్మ సంచాలుడు అగుచున్నాడు. |
| పరమాత్మగగనే బిన్దుం నిక్షిప్య శుద్ధా అద్వైత అజాడ్య సహజ అమనస్క యోగనిద్రా అఖణ్డానన్దపదా అనువృత్త్యా 'జీవన్ముక్తో' భవతి। | పరమాత్మాకాశములో 'బిందువు'ను నిక్షేపించి (ఫిక్సింగ్), శుద్ధ అద్వైత అజాడ్య-సహజ అమనస్క - యోగ నిద్ర యందు ప్రవేశించి, 'అఖండానంద పదము' నందు అనునిత్యుడై (నిత్యవృత్తికలవాడై) ఉన్నవాడు 'జీవన్ముక్తుడే'! |
| తత్ చ ఆనంద సముద్ర మగ్నా యోగినో భవన్తి। | ఆతడు 'ఆనంద సముద్రమగ్న యోగి'! |
| తత్ అపేక్షయా ఇన్ద్రాయః స్వల్పాఽనన్దాః, ఏవం ప్రాప్తానందః పరమయోగీ భవతి। ఇత్యుపనిషత్। | అట్టి 'సోఽ హమాత్మానందము' యొక్క కించిత్ అపేక్ష (సాపేక్ష) చేత ఇంద్రుడు మొదలైన పదవులు అధిష్టించి, లోకపాలకులై స్వల్పానందమును పొందుచున్నారు. అట్టి స్వయమత్మానందమును పొంది ఈ జీవుడు పరమయోగి అగుచున్నాడు. |
| <u>తృతీయ బ్రాహ్మణమ్</u> | **తృతీయ బ్రాహ్మణము-అమనస్కయోగము** |
| **1.** యాజ్ఞవల్క్యో మహామునిః మణ్డల పురుషం పప్రచ్ఛ!– స్వామిన్। 'అమనస్క లక్షణమ్' ఉక్తమపి, విస్మృతం। పునః తత్ లక్షణమ్ –బ్రూహి'.. ఇతి। | **యాజ్ఞవల్క్య మహాముని:** స్వామీ ఆదిత్య భగవాన్! సూర్య మండల పురుషన్! 'అమనస్క యోగము' గురించి మీరు వివరంగా చెప్పి ఉన్నారు. అయితే ఏం? నేను 'విస్మృతి' అనునది కూడా ఏమరచు' జీవలక్షణము కలవాడను. అందుచేత మరొక్కసారి 'అమనస్కయోగ లక్షణములు' గురించి విశదీకరించమని ప్రార్థిస్తున్నాను. |
| **తథేతి మండల పురుషో అబ్రవీత్:** ఇదమ్ అమనస్కం అతిరహస్యం, యత్ జ్ఞానేన కృతార్థో భవతి। | **ఆదిత్య మండల పురుషుడగు సూర్యభగవానుడు :** అవునయ్యా! 'అమనస్కయోగము' అనునది అతి రహస్యమైనది. ఇది తెలుసుకొంటే ఈ జీవుడు కృతార్థుడు కాగలడు. |
| తత్ నిత్యం శాంభవీ ముద్రాన్వితం, పరమాత్మ దృష్ట్వా, తత్ ప్రత్యయ లక్ష్యాని దృష్ట్వా తదను సర్వేశమ్, అప్రమేయమ్, అజమ్, శివమ్, పరాకాశమ్, నిరాలంబమ్, అద్వయమ్, బ్రహ్మ-విష్ణు-రుద్రాదీనాం ఏకలక్ష్యమ్, | అట్టి మనో ఉన్మనీ (మనస్సు యొక్క మనో కేవల సాక్షీ - అనుభము)నే 'శాంభవీముద్ర' అంటారు. అనగా శాంభవీ ముద్రాన్వితమైనది. పరమాత్మ దృష్టితో ఆత్మ యొక్క ప్రత్యయలక్షణములను సర్వదా దృష్టిలో పెట్టుకోవాలి. అప్పుడిక, సర్వేశ్వరుడును, అప్రమేయుడును, జన్మరహితుడును, సర్వశుభ-సుఖ ప్రదాత, పరాకాశస్వరూపుడు, నిరాలంబుడు, సర్వజీవుల స్వరూపమునకు వేరుకానట్టి అద్వయుడు, బ్రహ్మ-విష్ణువు-రుద్రుడు మొదలైన వారికి కూడా ఏకైక లక్ష్యము |

సర్వకారణమ్, పరంబ్రహ్మ ఆత్మన్యేవ
పశ్యమానో 'గుహా విహరణం' ఏవం నిశ్చయేన జ్ఞాత్వా
భావా-అభావాది ద్వంద్వాత్ ఉతీతః
సంవిదిత మనో ఉన్మన్యనుభవః।
తదనన్తరమ్, అఖిలేంద్రియ
క్షయవశాత్ అమనస్క సుఖమ్ ।
బ్రహ్మానన్ద సముద్రే మనః ప్రవాహ
యోగ రూప, నివాత స్థిత దీపవత్
అచలమ్ 'పరబ్రహ్మ' ప్రాప్నోతి।
తతః శుష్క వృక్షవత్
మూర్ఛా నిద్రామయ నిశ్వాసో ఉచ్ఛ్వాసా అభావాత్,
నష్ట ద్వంద్వః, సదా అచంచల గాత్రః
పరమశాన్తిం స్వీకృత్య మనః ప్రచార శూన్యం
పరమాత్మని లీనం భవతి।
పయః స్రావా.. అనన్తరం ధేనుః స్తన క్షీరమివ,
సర్వేంద్రియవర్గే పరినష్టే
'మనోనాశం' భవతి – తదేవ అమనస్కం।
తదను "నిత్య శుద్ధః పరమాత్మా అహమ్ ఏవ" ఇతి
"తత్త్వమ్ అసి" ఇతి ఉపదేశేన
'త్వమేవాஉహమ్', 'అహమేవ త్వమ్'
ఇతి తారకయోగ మార్గేణ
అఖణ్డానంద పూర్ణః కృతాஉర్థో భవతి।

అయి ఉన్నావాడు, సర్వకారణ కారణుడు, అకారణుడు.. అగు **'పరంబ్రహ్మాత్మ తత్త్వము'** యొక్క **అనుక్షణిక సందర్శనము** సిద్ధిస్తోంది. అమనస్కయోగము' బాహ్య -అభ్యంతరములన్నీ హృదయ రూపమై, సహృదయగుహలో విహరించటమే! ఈ విధంగా ఆత్మను తెలుసుకొని, భావ-అభావములు మొదలైన ద్వంద్వములను దాటి, **తానే అద్దై** వెలుగొందటమే **అమనస్క స్థితి.** నిశ్చల జలంలో చంచల తరంగములవలె **నిశ్చల స్వస్వరూపంగా చంచల జగత్ దర్శనం అది!**

ఆ తదనంతరము - ఆతడు అఖిలేంద్రియ వ్యాపారములకు సంబంధించనివాడు అగుచున్నాడు. 'అమనస్క సుఖ బ్రహ్మానంద సముద్రము'లో మనః - ప్రవాహరూపుడు - అగుచున్నాడు. గాలి వీచికలు లేని చోట దీపము వలె అచలమగు పరబ్రహ్మస్వరూపము పొందినవాడగుచున్నాడు.

ఇక ఆ తర్వాత.. ఎండిన వృక్షము వలె, మూర్ఛలోనూ - గాఢ నిద్రలోను ఉన్నవాని వలె - ఉచ్ఛ్వాస - నిశ్వాసల అభావనాపరుడై, ద్వంద్వములన్నీ త్యజించినవాడై, ఎల్లప్పుడు చంచలము పొందుచున్న ఈ భౌతికదేహముతో 'పరమశాంతి'ని స్వీకరించినవాడై ఉంటున్నాడు. ఆతని మనస్సు ప్రచారశూన్యమై..., ఆతని జీవాత్మత్వమంతా.. పరమాత్మయందు విలీనము అయినదగుచున్నది.

పాలు పిండిన తర్వాత ఏవిధంగా అయితే, గోవు యొక్క స్తనము నుండి పాలు రావో, ఆ విధంగా ఎప్పుడైతే సర్వేంద్రియ వర్గములు విషయముల పొందని స్థితిలో 'మనోనాశనము' జరుగగలదు.

అదియే అమనస్కము!

**'ఆ నిత్య శుద్ధ పరమాత్మ నేనే అయి ఉన్నాను', 'తత్త్వమ్ అసి'..** మొదలైన మహావాక్యముల ఉపదేశమును గ్రహించిన తరువాత,
**"నేనే నీవుగా ఉన్నాను. నీవే నేనుగా ఉన్నావు"** - అను నిశ్చలావగాహనయే **తారకయోగ మార్గము.** ఇట్టి తారక యోగమార్గము నందు (శాంభవీ ముద్ర యోగి) అడుగులు వేయుచుండగా.. ఇక ఆతడు 'అఖండానందపూర్ణుడు'.. అగుచున్నాడు. 'కృతార్థుడు' అగుచున్నాడు. అనిర్వచనీయుడగుచున్నాడు.

---

2. పరిపూర్ణ పరమాకాశ మగ్నమానః
ప్రాప్తో ఉన్మన్యవస్థః, సన్యస్త
సర్వేంద్రియవర్గ అనేక జన్మార్జిత
పుణ్యపుంజ పక్వ కైవల్య ఫలో
అఖణ్డానన్ద నిరస్త సర్వక్లేశ
కశ్మలో.. 'బ్రహ్మాஉహమస్మి'
ఇతి కృతకృత్యో భవతి।
త్వమేవాஉహమ్, నభేదోஉస్తి
పూర్ణత్వాత్ పరమాత్మనః
ఇతి ఉచ్చరన్ సమాలింగ్య
శిష్యం జ్ఞప్తిమ్ అనీనయత్॥

ఈ విధంగా **తత్త్వమ్, సోஉహమ్, త్వమేవాஉహమ్, అహమేవత్వమ్**ల పరమార్థమును ఆశ్రయిస్తూ - ఆ శాంభవీ యోగి (ఆత్మయోగి) **'పరిపూర్ణ పరమాకాశమగ్నుడు'..** అగుచున్నాడు. ఉన్మనీ (ఆత్మనే సర్వదా దర్శించు) స్థితిచే మనో అంతర్గతమైన సర్వభేద విషయములను పరిత్యజించుచున్నాడు. సర్వేంద్రియ వర్గములను సన్యసించినవాడై, అనేక జన్మలలో ఆర్జించిన పుణ్య భావముల పరిపక్వతచే **'కైవల్యము'** అనే మధురాతిమధురమైన 'ఫలము'ను పొందుచున్నాడు. (కైవల్యము = ఇదంతా నా కేవలీ స్వరూపమే అను ఏక-అభేద సుస్థిరానుభూతి).

'అఖండానందము' అనే ఫలమును పొంది సర్వక్లేశ-కశ్మలములను మొదలంట్లా తొలగించి వేయునట్టి **"బ్రహ్మాஉహమ్. నేనే బ్రహ్మమును"** - అని సిద్ధించుకొని కృతకృత్యుడు అగుచున్నాడు.
**"నీవుగా ఉన్నది నేనే! నేనుగా ఉన్నది నీవే। నీకు - నాకు భేదము లేదు నీవు-నేను కూడా పూర్ణత్వము చేత పరమాత్మ స్వరూపులమే"!** అని లేచి నిలబడి ఆతడు లోకములకు ప్రకటించుచున్నాడు. తన వద్ద తత్త్వమును తెలుసుకొనటానికై వచ్చిన శిష్యుని సమాలింగనము చేసుకొని, ఇకప్పుడు **'తత్త్వమ్'** అనే స్మృతిజ్ఞా'నమును ప్రసాదించుచున్నాడు.

## చతుర్థమ్ బ్రాహ్మణమ్

**అథ హ యాజ్ఞవల్క్యో మణ్డల పురుషం పప్రచ్ఛ:**
**'వ్యోమపఞ్చక లక్షణమ్ విస్తరేణా అనుబ్రూహి'.. ఇతి।**
**సహోవాచ :**
**ఆకాశం; పరాకాశం; మహాకాశం;**
**సూర్యాకాశం; పరమాకాశమ్ ఇతి పఞ్చ భవంతి।**
**బాహ్య-అభ్యన్తరమ్ అంధకారమయమ్ 'ఆకాశమ్'।**
**బాహ్య అభ్యన్తరే కాలానల**
**సదృశమ్ 'పరాకాశమ్'।**
**- స బాహ్య-అభ్యన్తరే అపరిమిత**
**ద్యుతినిభమ్ తత్త్వం 'మహాకాశమ్'।**
**-స బాహ్య - అభ్యన్తరే సూర్యనిభం**
**'సూర్యాకాశమ్'।**
**-అనిర్వచనీయ జ్యోతిః**
**సర్వవ్యాపకమ్, నిరతిశయానన్ద**
**లక్షణమ్ 'పరమాకాశమ్'।**
**ఏవం తత్ తత్ లక్ష్య దర్శనాత్**
**తత్ తత్ రూపో భవతి।**
**నవ చక్రం (9), షట్ ఆధారమ్ (6)!**
**త్రిలక్ష్యమ్ (3), వ్యోమపఞ్చకమ్ (5)**
**సమ్యక్ ఏతత్ న జానాతి,**
**స యోగీ నామతో భవేత్॥**

## చతుర్థ బ్రాహ్మణము-వ్యోమపంచక లక్షణములు

**యాజ్ఞవల్క్యుడు:** ఓ మణ్డల పురుషా! సూర్యనారాయణస్వామీ! మరొక విన్నపము. దయతో 'వ్యోమపంచక లక్షణములు' గురించి మరికొంత విస్తరించి వివరించ ప్రార్థన.

**ఆదిత్య భగవానుడు:** వ్యోమ పంచకము - (1) ఆకాశము 2) పరాకాశము. 3) మహాకాశము 4) సూర్యాకాశము, 5) పరమాకాశము.

**ఆకాశము** : బాహ్యమున లోలోపల కూడా అంధకారమయమై ఉన్నట్టిది.

**పరాకాశము** : బాహ్య - అభ్యంతరములలో 'కాలాగ్ని' సదృశమైనది. ఈ ఇహ రూపమునకు ఆవల పరస్వరూపము.

**మహాకాశము** : బాహ్య - అభ్యంతరములలో అపరిమితమైన జ్యోతి - తేజస్సుచే/ నిండి ఉన్నట్టిది. ('త్వమ్'ను 'తత్ బ్రహ్మము' రూపంగా చూడడం)

**సూర్యాకాశము** : బాహ్య - అభ్యంతరములలో సూర్య సదృశ కిరణాత్మక భావనలచే నిండియున్నట్టిది. సర్వము స్వస్వరూప తేజోవిభవముగా చూడటం.

**పరమాకాశము** : అనిర్వచనీయము! జ్యోతి స్వరూపము! సర్వవ్యాపకము! నిరతిశయానన్ద లక్షణ సమన్వితము. కేవల - అనుభవైకవేద్యము. అట్టి పరమాకాశమునకు 'రెండవది' అనునది వేరుగా లేదు.

అందుచే ఈ పరమాకాశము ఏఏ లక్ష్యములతో లక్ష్య దర్శనము చేస్తే, అది ఆ రూప లక్షణమే అగుచున్నది. ఎవరు ఏ లక్ష్యమును దర్శిస్తే ఆతడు ఆ రూపుడే అగుచున్నాడు.

నవచక్రమ్ (9) - (భూతాత్మ, ప్రేతాత్మ, అంతరాత్మ, జీవాత్మ, జ్ఞానాత్మ, నిర్మలాత్మ, శుద్ధాత్మ, మహాత్మ, పరమాత్మ)

షట్ ఆధారము (6) (దృశ్యము, దృక్, దేహము,జీవుడు, ఈశ్వరుడు, పరమాత్మ)

వ్యోమపంచకము (5) (ఆకాశము, పరాకాశము, మహాకాశము, సూర్యాకాశము, పరమాకాశము)

వీటన్నిటి యొక్క సమ్యక్ (సమరసము) ఎవరు గమనించరో.. వారు నామ మాత్రపు (పేరుకొరకు మాత్రమే) యోగులు. "అంతటా అన్నీగా అఖండ పరమాత్మ తతత్త్వమే! అనేకముగా కనిపిస్తూ ఏకముగా అయి ఉన్నట్టిదే. అహమ్-త్వమ్-ఇదమ్ ఏకస్వరూపమగు ఆత్మ!"... అని ఎరుగుచున్నవాడే వాస్తవమైన యోగి!

---

## పంచమం బ్రాహ్మణమ్

**సవిషయం మనో బన్ధాయ।**
**నిర్విషయం ముక్తయో భవతి।**
**అతః సర్వం జగత్ చిత్తగోచరమ్।**
**తదేవ చిత్తం నిరాశ్రయం,**
**మనో 'ఉన్మని అవస్థా' పరిపక్వం,**
**లయ యోగ్యం భవతి।**
**తత్ లయం పరిపూర్ణే మయి సమభ్యసేత్।**
**మనోలయకారణమ్ అహమేవ।**
**అనాహతస్య శబ్దస్య।**
**తస్య శబ్దస్య యో ధ్వనిః।**

## పంచమమ్ బ్రాహ్మణమ్

మనస్సు విషయముల సమేతమై ఉండటమే బంధము.

**మనస్సు నిర్విషయమై యుంటే, అదియే 'ముక్తి' అగుచున్నది.**

ఈ సర్వ జగత్తు చిత్తమునకే గోచరమగుచున్నది. చిత్తము ఉంటేనే జగత్తు. చిత్తము లేని వానికి జగత్తు ఎక్కడిది?

అట్టి ఈ చిత్తమును - ఏదీ ఆశ్రయించకుండా నిరాశ్రయము చేశామనుకో.. అప్పుడు ఉన్మనీ అవస్థ పరిపక్వమై, ఇక - ఆత్మయందు ఆ చిత్తము లయించటానికి యోగ్యత పొందుతుంది.

అట్టి మనోలయము యొక్క పరిపూర్ణత కొరకై (ఆదిత్య నారాయణుడనగు) **నాయందు మనోలయా భ్యాసము చేయాలి.** మనస్సు యొక్క లయ కారకుడను నేనే!

అనాహతములో (దేహములోని షట్చక్రములు స్థానముగా కలిగిన వెన్నెముక యందు) 'శబ్దము' ఉన్నది!

ధ్వనే అంతర్గతం జ్యోతిః।
జ్యోతిః అంతర్గతం మనః।
యత్ మనః – త్రి జగత్ సృష్టి-
స్థితి – వ్యసన కర్మకృత్,
తత్ మనో విలయం యాతి,
'తత్ విష్ణోః పరమమ్ పదమ్'।
తత్ లయాత్ 'శుద్ధ అద్వైత సిద్ధిః'
భేదా అభావాత్, ఏతదేవ
'పరమ తత్త్వమ్'।
స తత్ జ్ఞో బాలో, ఉన్మత్త పిశాచవత్,
జడవృత్త్యా 'లోకమ్' ఆచరేత్।
ఏవమ్ అమనస్కా అభ్యాసేనైన
నిత్య తృప్తిః।
అల్పమూత్ర – పురీష।
మిత భోజన।
దృఢాంగా జాడ్య నిద్రా దృక్
వాయు చలనా।
అభావ బ్రహ్మదర్శనా అజ్ఞాత
సుఖ స్వరూపసిద్ధిః భవతి।
ఏవం చిరసమాధి జనిత
బ్రహ్మోఽమృత పాన పరాయణో
అసౌ సన్న్యాసీ, పరమహంసా,
అవధూతో భవతి।
తత్ దర్శనేన సకలం జగత్ పవిత్రం భవతి।
తత్ సేవా పరో అజ్ఞోఽపి ముక్తో భవతి।
తత్ కులమ్ ఏకోత్తరశతం తారయతి।
తత్ మాతృ–పితృ–జాయా–అపత్యవర్గం చ
ముక్తం భవతి!
ఇతి
మండల బ్రాహ్మణోపనిషత్
ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః

ఆ శబ్దము యొక్క మధ్య భాగములో 'ధ్వని' - ఉన్నది!

ఆ 'ధ్వని'కి అంతర్గతంగా 'జ్యోతి' ఉన్నది!

ఆ జ్యోతికి అంతర్గతంగా మనస్సు ఉన్నది!

ఆ మనస్సే ముల్లోకముల సృష్టి - స్థితి-లయముల వ్యసనకర్మ నిర్వర్తిస్తోంది!

ఆ మనస్సును లయింపజేస్తే అప్పుడు శేషించునది, లంభించునదియే ఆ 'విష్ణు పరమ పదము'. మనోలయము విష్ణు పరమపద ప్రాప్తికి కారణముగుచున్నది.

మనస్సు యొక్క లయముచే **'శుద్ధ అద్వైత సిద్ధి'** లభించుచున్నది.

శుద్ధ అద్వైత సిద్ధిచే సర్వబేద భావములు అభావించబడతాయి. భేదములన్నీ అభావించిన స్థితియే **'పరమతత్త్వము'**

ఇంతవరకూ అజ్ఞాన వృత్తులచే కాపాడుకొంటూ వచ్చిన వ్యష్టిత్వము-ఇప్పుడు సమిష్టి రూపమగు పరతత్త్వమునందు లయించటం చేత - పరతత్త్వమును తెలుసుకొన్న యోగి ఈ జాగ్రత్తులో-ఒక బాలుని వలెను, ఉన్మత్తుని వలెను, పిశాచము వలెను జడవృత్తి కలిగి యున్న వానివలె లోకంలో సంచరిస్తూ ఉంటున్నాడు.

ఈ విధముగా 'అమనస్కము' యొక్క అభ్యాసము చేత...,

- ఆతడు **'నిత్యతృప్తుడు'**గా ఉంటాడు.
- అల్పమైన మూత్ర-పురీషములు (సాయిల్) (అల్ప విసర్జనలు) స్వభావతః కలిగి ఉంటాడు.
- అల్పముగా ఆహారముచే నిత్యతృప్తుడై ఉంటాడు.
- మనోధార్ఢ్యము కలిగి ఉంటాడు. దృఢమైన అంగములు కలిగి ఉంటాడు.
- జాడ్యము నిద్ర లేని దృష్టి పొంది ఉంటాడు.
- వాయువును నిరోధించువాడై ఉంటాడు.
- భావములను దాటి వేసి బ్రహ్మమును దర్శించుచూ తదితరులకు తెలియరాని **'ఆత్మసుఖ :స్వరూపసిద్ధి'** పొందినవాడై ఉంటాడు.

ఈ విధముగా చిరకాలము 'సమాధి'ని అభ్యసించిన యోగి, అట్టి సమాధి నుండి జనించిన **'బ్రహ్మమేవాఽహమ్'**అను **'బ్రహ్మామృత పారాయణుడు'** అగుచున్నాడు. అట్టి వాడు సన్న్యాసి- పరమహంస-అవధూత కూడా!

**అట్టి 'సమస్తము తానై-సమస్తమునకు వేరైనట్టి వ్యష్టి అతీత ఆత్మసుఖ స్వరూప సిద్ధయోగి** ని చూచినంతమాత్రము చేతనే ఈ సకల జగత్తు పవిత్రము పొందగలము. (జనులు పవిత్రులు కాగలరు).

ఆయన పట్ల సేవా పరులైనవారు -అజ్ఞానులైనప్పటికీ -ముక్తిని పొందగలరు.

ఆతని 101 వంశములు తరించుచున్నారు.

ఆతని తల్లి-తండ్రి-భార్య, పిల్లలు కూడా ముక్తులగుచున్నారు.

**ఇతి**

**మండల బ్రాహ్మణోపనిషత్**

**ఓం శాంతిః శాంతిః శాంతిః**